

# III

## 広報活動

### その他・栄養クリニック広報活動

栄養クリニックの広報活動として、より多くの一般市民の方に健康・栄養に関する正しい情報を伝え、実生活で活用できるように下記に示す冊子を作成し、様々なイベント等で配布しています。病気の予防や健康増進に、日常生活の中でご活用いただければ幸いです。

#### 春・夏・秋・冬 レシピBOOK



#### 高齢者の食事レシピ集



#### 貧血予防のガイド&レシピ集 ～鉄欠乏性貧血を中心に～



#### 子育てママへ 応援レシピ集（乳児・幼児期編）



#### 子育てママ&パパへ 食事応援レシピ集（幼児期の食事と偏食編）



#### 子育てママ&パパへ 食事応援レシピ集（学童期の食事）



#### メタボリックシンドローム を予防・改善しよう！



#### 高齢期の食事支援 骨を元気にするレシピ集



また、健康な体の維持には適切な運動習慣が大切です。メタボリックシンドローム予防・改善のための運動ガイド冊子も作成しています。さらに、本願寺新報に連載された「食と健康の教室」を再構成した簡単で美味しいレシピ100が掲載された、体の中から健康にをモットーに様々な角度からの栄養情報満載の書籍を発行しています。

#### 正しい運動・トレーニングのガイド ～メタボ予防・改善のための知恵とコツ～



#### 京都女子大学栄養クリニック監修 つよく かしく 美しく 京女レシピ 本願寺出版社 発行 (書店販売品)



栄養クリニックでは、健康料理教室の他に、個人対象の子育て支援や個別の栄養相談（種々の身体計測、食事診断を含む）、特定保健指導（積極的支援、動機付け支援）、ダイエット教室、管理栄養士対象の栄養相談実践講座や研究会なども行っています。詳細は栄養クリニックにお問い合わせください。（木戸詔子）